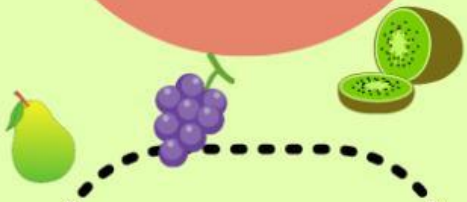
GRUPOS DE ALIMENTOS

VERDURAS Y FRUTAS

ALIMENTOS RICOS EN PROTEINAS

ALIMENTOS RICOS EN GRASAS

ALIMENTOS RICOS EN CARBOHIDRATOS